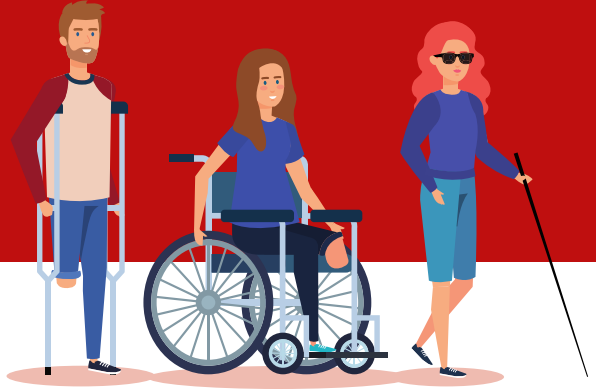
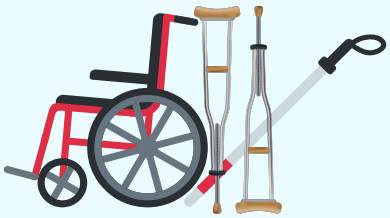


कोरोनाबाट सुरक्षित हुन आफू पनि अग्रसर बनौं

आफूले नियमित रूपमा प्रयोग गरिरहनु पर्ने औषधी, सहायक सामाग्री तथा अन्य स्वास्थ्य सामाग्रीहरूको बारेमा समयमा नै आफ्नो परिवार, नजिकका सामाजिक सङ्घसंस्था, आफू आबद्ध सङ्घसंस्था र स्थानीय सरकारलाई जानकारी गराऔँ ।

क्वारेनटाइन, आइसोलेसन सेन्टर अथवा कोरोना अस्पतालहरूलाई सबैका लागी पहुँचयुक्त बनाउनका लागि आजैदेखि आ—आफ्नो तर्फबाट नियमित रूपमा पहल र वकालत गरौँ ।

सुरक्षित रहन यसो गरौँ



सहायक सामाग्रीहरू (व्हीलचियर, सेतो छडी, वैशाखी आदि) लाई नियमित रूपमा सफा गरौँ ।

व्यक्तिगत सहयोगीलाई पनि नियमित रूपमा हात धुन तथा स्यानिटाइजर र मास्कको प्रयोग गर्न अनुरोध गरौँ ।

सरकारले जारी गरेका निर्देशनहरू तथा सुरक्षात्मक उपायहरू पूर्ण रूपमा पालना गरौँ ।

अफवाह र भ्रमहरूबाट टाढै रहन आधिकारिक र तथ्यपरक सूचना र आधिकारिक स्रोतलाई मात्र अनुसरण गरौँ ।

मानसिक रूपमा स्वस्थ र तन्दुरुस्त रहन घरमा बस्दा विभिन्न रचनात्मक कार्यमा आफूलाई व्यस्त बनाऔँ ।

यो सामाग्री कोरोना भाइरस (कोभिड—१९) विरुद्धको प्रतिकार्यलाई अपाङ्गता समावेशी बनाउने उद्देश्यका साथ सरोकारवालाको सचेतनाका लागि सीबीएमसंगको साझेदारीमा नेपाल अपाङ्ग महिला संघद्वारा तयार पारिएको हो ।

cbm
together we can do more